体の部位から探す

- 髪
- 目
- 肌
- 歯と口
- 喉
- 胃腸
- 骨と関節
- 尿路
- 血管
- 心臓
- 臀部と腰
- 腎臓

症状から探す

- 老化と肌の問題
- AGA/FAGA
- ストレス管理（気分とエネルギー）
- 免疫力とアレルギー
- 体重管理
- 血圧
- 消化器系の問題
- 骨と関節
- 栄養とライフスタイル
- 性感染症
- 性機能障害（EDと早漏）

ニュース

- 海外から届くまでの流れ：輸送ルートと手続きの完全解説
- 品質を支える製造現場のリアル：安全・高精度の薬づくりを徹底解説
- 薬を安全に使うための完全ガイド：副作用対応・保存管理・海外製薬の流れ

最近の投稿

- 5月 04, 2026 首のニキビはなぜできる？原因・対策・スキンケアのポイン
- 5月 03, 2026 血圧はどこから高血圧？正常値と基準、年齢別の目安を解説
- 5月 03, 2026 膀胱炎は市販薬で治療できる？知っておきたいポイント
- 5月 03, 2026 眉間にニキビができるのはなぜ？原因・治し方・予防法
- 5月 02, 2026 胸ニキビの原因とケア方法、治療の選択肢について

このブログは役に立ちましたか?

あなたの名前

あなたのメールアドレス

主題

あなたのメッセージ (オプション)

提出する

戻る

喉

口角炎とヘルペスの違い｜見分け方と正しい対処法

4月 22, 2026 - By Dr. Ammu Muraleedharan

口元の違和感は、はじめはほんの些細な変化として現れます。 口の端が少し乾いたり、唇にピリピリとした違和感が出たり——そんな小さな不調から始まるため、最初は大したことがないように思えて、「そのうち治るだろう」と様子を見る人も少なくありません。

ところが数日たつと、食事や会話がつらくなるほど痛いひび割れになったり、小さな水ぶくれができて目立つようになったりと、症状がはっきりしてきます。

こうした唇まわりのトラブルでよく混同されるのが、口角炎と、いわゆる「熱の花」と呼ばれるヘルペスです。この2つは初期の見た目がよく似ているため、どちらなのか判断がつきにくく、合わない治療法を選んでしまうことがあります。

その結果、治りが遅くなったり、かえって悪化したりすることもあります。 特にヘルペスの場合、自分でも気づかないうちに周囲の人へうつしてしまう可能性もあるため、注意が必要です。

一方で、いくつかのポイントを押さえておけば、見分けはそれほど難しくありません。 症状がどこに出ているか、ピリピリ感があるのか単なる乾燥なのか、時間の経過とともにどう変化するのかといった細かい違いを意識すると、原因となっている状態を見極めやすくなります。早めに適切な対処を行うことで、痛みや不快感をやわらげ、回復も早めることができます。

この記事では、口角炎とヘルペスの見分け方を、原因や症状の特徴 、受診の目安とあわせてわかりやすく解説します。

目次 (もくじ)

1. 口角炎／口唇ヘルペスとは
2. 口角炎とヘルペスの見分け方
3. 口角炎とヘルペスの症状の違い
4. 口角炎とヘルペスの原因
5. 口角炎はうつる？なぜ繰り返す？
6. ヘルペスと他の唇・口周りの皮膚疾患の見分け方
7. どんなときに受診すべきか
8. 唇を健康に保つための簡単ケア
9. まとめ
10. よくある質問
11. 参考文献
12. 免責事項

口角炎／口唇ヘルペスとは

口角炎とは

口角炎は、主に口の両端に起こる症状です。口角が赤くなり、乾燥やひび割れ、小さな裂け目ができて、口を開けたときに痛みを感じることがあります。進むと皮膚がめくれたり、かさぶたができたりすることもあります。

原因としては、乾燥や栄養不足、唾液のたまりやすさ、カンジダなどの真菌の増殖などが挙げられます。必ずしも感染によるものではなく、 多くはゆっくりと悪化していくのが特徴です。

口唇ヘルペス（いわゆる「熱の花」）とは

熱の花として知られる口唇ヘルペスは、単純ヘルペスウイルス（HSV-1）によって起こります。唇やその周囲に、小さな水ぶくれが集まってできるのが特徴です。水ぶくれが現れる前に、ピリピリした感じやヒリヒリ感、かゆみといった違和感が出ることもよくあります。

口角炎と違い、ヘルペスは感染性があり、キスや身の回りの物の共有などの密接な接触によってうつることがあります。

口角炎とヘルペスの見分け方

オンラインや対面でよく寄せられる質問のひとつです。どちらも初期の見た目が似ているため、迷いやすいポイントです。 ただ、 いくつかのポイントに注目してよく観察すると、違いは比較的わかりやすくなります。

症状が出る部位

もっとも簡単な見分け方は、症状が出ている位置です。

口角炎は、ほとんどの場合、上下の唇が合わさる口の端に現れます。片側だけに出ることもあれば両側に広がることもありますが、基本的には口角に限られます。

一方、ヘルペスは唇のどこにでも現れ、 唇の周囲や口のすぐ外側の皮膚に広がることもあります。 口角に限らず、上唇や下唇、その周辺 など、さまざまな位置に出るのが特徴です。

見た目の違い

皮膚の見た目にもはっきりとした違いがあります。

口角炎では、乾燥して赤くただれた皮膚やひび割れが目立ちます。ひびが深くなると、口を開けたときに少量の出血が見られることもあります。

ヘルペスの場合は、 これとはかなり見た目が異なり、小さな水ぶくれができるのが特徴です。水ぶくれは、いくつかが集まって群れのようにまとまって出ることが多いです。数日たつと、水ぶくれが破れて中の液体が出たあと、かさぶたができて治癒の段階へ進みます。

症状が出る前ぶれの違い

症状が現れる前に、どのような「前兆」を感じるかも見分けの手がかりになります。

口角炎は、特別な前兆がないまま、ゆっくり進行するのが一般的です。はじめは軽い乾燥やわずかな刺激感がある程度で、そのまま放っておくと、少しずつ悪化していきます。

一方、ヘルペスはその前段階でサインが出ることが多く、水ぶくれができる前に、ピリピリとした痛みやかゆみ、軽い焼けるような感覚などが現れます。この初期の違和感は、いわゆる「熱の花」の可能性を示す、わかりやすいサインです。

うつるかどうか（感染のしやすさ）

「うつるかどうか」という点も大きな違いです。

口角炎は感染性がないことが多く、乾燥や物理的な刺激、栄養不足などが関係して起こります。

一方、ヘルペスはウイルスによる病気であり、感染性があります。とくに水ぶくれが出ている時期は感染力があり、キスのほか、タオルや食器、リップクリーム などの共有を通じて感染することがあります。

治るまでの期間と経過の違い

治り方のパターンにも違いがあります。

口角炎は、乾燥やビタミン不足といった原因にきちんと対処しないと、治るまでに時間がかかることがあります。いったん良くなっても再発することがあり、数週間続くこともあります。原因が続いているかぎり、繰り返し起きやすい状態です。

ヘルペスは、ある程度決まった経過をたどります。最初にピリピリとした違和感が出て、その後水ぶくれができ、やがて破れてかさぶたになり、最終的にはおよそ7〜10日ほどで治癒します。ただし、体調不良やストレスなどをきっかけに、再発を繰り返すことがあります。

口角炎とヘルペスの症状の違い

それぞれの症状を正しく知っておくと、適切な治療につながりやすくなります。

口角炎の主な症状

- 口角にできる痛みを伴うひび割れ
- 乾燥して皮がむける
- 赤みやヒリヒリした刺激感
- 口を大きく開けにくい、開けると痛い

ヘルペス（熱の花）の主な症状

- 発疹が出る前のピリピリ感やかゆみ
- 小さな水ぶくれができる
- 水ぶくれが破れて液が出たあと、かさぶたになる
- まれに軽い発熱やだるさを伴うこともある

口角炎とヘルペスの原因

口角炎の原因

- 唇をなめる癖
- 乾燥した気候や脱水
- ビタミン不足（特にビタミンB群や鉄分）
- 真菌や細菌の増殖
- 合わない入れ歯や肌への刺激

ヘルペスの原因

- 単純ヘルペスウイルスへの感染
- 免疫力の低下
- ストレスや疲労
- 発熱や体調不良
- 日光曝露（再発の引き金になることがある）

口角炎はうつる？なぜ繰り返す？

これもよくある疑問です。

口角炎は、基本的に感染するものではなく、乾燥や刺激、栄養状態などが主な原因とされています。ただし、真菌や細菌が関わっている場合には、清潔を保つなど基本的な衛生管理が重要になります。 また、原因が解消されていないと繰り返しやすくなるのも特徴です。慢性的な乾燥やビタミン不足、唇をなめる癖などが続いていると、再発を招きやすくなります。

一方、ヘルペスはウイルスによる感染症で、一度感染すると体内に潜伏します。そのため、症状が治まったあとも、条件がそろうと再発することがあります。

ヘルペスと他の唇・口周りの皮膚疾患の見分け方

唇や口の周りのトラブルは、ヘルペスと見た目や症状が似ていてわかりにくいことがあります。ただし、症状の出る場所や特徴をよく観察することで、ある程度見分けることは可能です。

ニキビ

ニキビは、毛穴のある皮膚にできます。口の周りやあご、顔などにはできますが、毛穴のない唇そのものにはできません。膿を含んだ小さなブツブツができることがありますが、ヘルペスのようなピリピリ感や、水ぶくれが群れになって出るといった特徴はありません。

アフタ性口内炎

アフタは、口の中にできる口内炎で、頬の内側、舌、歯ぐきなどに生じます。中心が白っぽいまたは黄色っぽく、周りが赤い、小さな丸い潰瘍のように見えます。ヘルペスと違って、唇の外側や皮膚には出ず、また感染性もありません。

口唇炎

口唇炎は、主に唇全体の乾燥、赤み、皮むけ、時に腫れなどを引き起こします。触るとザラザラしたり、刺激感があることもありますが、水ぶくれができることはありません。唇全体あるいは口角部分など、タイプによって広い範囲に影響が出ることがあります。

ヘルペス（熱の花）

ヘルペスは、症状が出る前のピリピリ、かゆみ、焼けるような感覚などがわかりやすい特徴です。その後、小さな水ぶくれがいくつか集まって現れます。水ぶくれは破れたあと、かさぶたを作って回復していきます。

もし症状を見ても判断がつかない、体調が悪いなど不安がある場合は、自己判断せず医師に相談し、適切な診断と治療を受けてください。

どんなときに受診すべきか

症状について自己判断が難しい場合や、お薬ショップなどの薬の通販サイトで医薬品の購入を検討しても判断に迷う場合には、 医療機関の受診を検討しましょう。

- 症状が1〜2週間以上続く
- 痛みが強くなってきている
- 水ぶくれや発疹が広がる、悪化する
- 何度も繰り返し起きる
- 自分ではどの状態か判断がつかない

早めに診断を受けることで、悪化や合併症を防ぎ、適切なケアにつなげることができます。

唇を健康に保つための簡単ケア

- こまめに保湿して唇のうるおいを保つ
- 頻繁に唇をなめるのを避ける
- ビタミンなどを含むバランスのよい食事を心がける
- 十分な水分をとる
- 症状があるときは、身の回りの物を人と共有しない
- ストレスをためすぎないようにし、十分な睡眠をとる

まとめ

口角炎とヘルペスは、見た目が似ていても原因や性質は大きく異なります。症状が出る場所や感じ方、経過の違いを知っておくことで、 混乱せずに状態に合った対処や治療を選び やすくなります。

こうした違いを理解しておくことは、早期の適切な対処につながり、過度な不安を減らし、唇全体の健康を守ることにも役立ちます。もし症状が長引く場合や、いつもと違うと感じる 場合は、早めに医療機関を受診するのが安心です。

よくある質問

Q1. 口角炎とヘルペスを手早く見分けるには？

症状の出方に注目します。口角にひび割れができている場合は口角炎の可能性が高く、ピリピリ感をともなう小さな水ぶくれがある場合はヘルペスが疑われます。

Q2. 熱の花と口角炎は同じものですか？

いいえ、異なる状態です。熱の花（口唇ヘルペス）はウイルスが原因で感染しますが、口角炎は多くの場合、刺激や栄養不足などが原因で起こります。

Q3. 口角炎はうつりますか？

多くのタイプの口唇炎は感染性ではありません。ただし、感染が関係している場合もあるため、清潔を保つことは重要です。

Q4. なぜ口角炎は繰り返すのですか？

乾燥、ビタミン不足、物理的な刺激など、原因となる問題が解決されていないと、同じトラブルを繰り返しやすくなります。

Q5. ヘルペスは他の唇の病気と見た目が似ることがありますか？

あります。ただし、水ぶくれができることと、その前にピリピリした違和感が出ることは、ヘルペスを見分けるうえでの大きな手がかりになります。

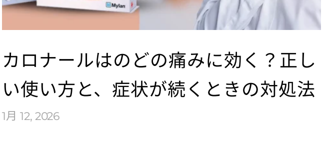
参考文献

- Sharon V, Fazel N. Oral Candidiasis And Angular Cheilitis. Dermatol Ther. 2010;23(3):230–42. Available From: Https://Pubmed.Ncbi.Nlm.Nih.Gov/20597942/
- Chiriac AE, Chiriac A, Pinteala T, Et Al. Angular Cheilitis—An Oral Disease With Many Facets. Wien Med Wochenschr. 2024. Available From: Https://Pubmed.Ncbi.Nlm.Nih.Gov/38517608/
- Cabras M, Gambino A, Broccoletti R, Et Al. Treatment Of Angular Cheilitis: A Narrative Review. Oral Dis. 2020;26(6):1107–1115. Available From: Https://Pubmed.Ncbi.Nlm.Nih.Gov/31464357/
- StatPearls Publishing. Angular Cheilitis. NCBI Bookshelf. Available From: Https://Www.Ncbi.Nlm.Nih.Gov/Books/NBK536929/

免責事項

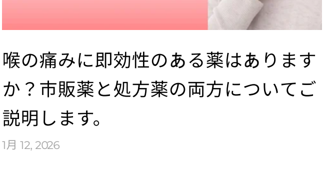
本ウェブサイトに掲載されている情報は、事実およびエビデンスに基づいた教育的・情報提供のみを目的としたものであり、その正確性を保証するものではありません。掲載内容は執筆時点のものであり、公開後の状況の変化により変更される場合があります。本ブログの情報は、医療専門家による助言、診断、治療の代わりとなるものではありません。本ウェブサイトの利用によって生じたいかなる結果についても、当方は責任を負いかねます。

RELATED POSTS



カロナールはのどの痛みに効く？正しい使い方と、症状が続くときの対処法

1月 12, 2026



喉の痛みに即効性のある薬はありますか？市販薬と処方薬の両方についてご説明します。

1月 12, 2026

症状

クイックリンク

注文方法

© 2026 お薬ショップ All Rights Reserved.